

Carl Jung



Modern man in search of a soul

Πρώτη έκδοση 1933

Παρουσίαση: Άννα Τσιμπουλή

Τα στάδια της ζωής

Κάθε στάδιο εισάγεται από ένα πρόβλημα- δηλαδή μία σύγκρουση του ατόμου με τον εαυτό του

Το πρώτο στάδιο της συνείδησης είναι αναρχικό ή χαοτικό

Το δεύτερο αναπτύσσει το σύμπλεγμα του εγώ-είναι μοναρχικό ή εμμονικό

Το τρίτο είναι ακόμη ένα βήμα προς την συνείδηση και αποτελείται από την αναγνώριση του δυισμού

Τα στάδια της ζωής

Η γέννηση της ψυχικής ζωής και η συνειδητή διαφοροποίηση του εγώ από τους γονείς ξεκινά στην εφηβεία

Οι σωματικές αλλαγές συνοδεύονται από μια ψυχική επανάσταση και για αυτό μερικές φορές η εφηβεία θεωρείται “ανυπόφορη ηλικία”.

Μέχρι αυτή την περίοδο κυριαρχεί η παρόρμηση στην ψυχική ζωή

Ακόμη και όταν τίθενται εξωτερικά όρια στις παρορμήσεις το άτομο δεν συγκρούεται με τον εαυτό του.

Στάδια ζωής

Νεανική ηλικία (εφηβεία
έως 40^ο έτος)

Όταν οι συνθήκες ζωής ενός
παιδιού είναι φυσιολογικές,
το ίδιο δεν έχει κανένα
πρόβλημα.

Όταν ο άνθρωπος
μεγαλώνει αρχίζει να έχει
αμφιβολίες για τον εαυτό
του και να τον αμφισβητεί

Οι απαιτήσεις της ζωής
βάζουν τέλος στις
φαντασιώσεις της παιδικής
ηλικίας.

Όταν το άτομο είναι
επαρκώς προετοιμασμένο
τότε η μετάβαση είναι
ομαλή.

Όταν κρέμεται από τις
ψευδαισθήσεις που είναι σε
αντίθεση με την
πραγματικότητα τότε
προκύπτουν σοβαρά
θέματα.

Τα στάδια της ζωής

Η νεαρή ηλικία ξεκινάει μετά την εφηβεία και φτάνει έως τη μέση ηλικία των 35-40 ετών

Η ηλικία αυτή μας ενδιαφέρει γιατί η ζωή βάζει **σκληρά όρια** στα όνειρα της παιδικής ηλικίας

Εάν το άτομο είναι **καλά προετοιμασμένο** μπορεί να προχωρήσει **ομαλά**

Εάν το άτομο εξαρτάται από τις ψευδαισθήσεις του παρελθόντος που έρχονται σε σύγκρουση με την πραγματικότητα τότε το πρόβλημα είναι σημαντικό και μπορεί να εκδηλωθεί και με τη **μορφή ασθενειών**

Τα στάδια της ζωής

Ανάμεσα στα 35-40 συμβαίνει μία σημαντική αλλαγή σε **ψυχικό επίπεδο**

Δεν είναι μία συνειδητή αλλαγή

Προκύπτει από το **ασυνείδητο**

Τα στάδια της ζωής

Όσο πλησιάζουμε στη μέση ηλικία τόσο καλύτερα καταλαβαίνουμε τον εαυτό μας και την κοινωνική μας θέση και θεωρούμε ότι έχουμε ανακαλύψει τις **ορθές ιδέες** και **αρχές συμπεριφοράς**.

Εξαιτίας αυτού θεωρούμε ότι οι αρχές και οι ιδέες μας έχουν αιώνια αξία και θεωρούμε ότι είναι **αρετή** να προσκολληθούμε πάνω τους

Τα στάδια της ζωής



Παραδοχές

- Όλοι έχουν παραδοχές που συχνά είναι λανθασμένες δηλαδή δεν ταιριάζουν στο σήμερα
- Το ερώτημα είναι εάν οι υπερβολικές προσδοκίες, η υποτίμηση των δυσκολιών, η υπερβολική αισιοδοξία ή μία αρνητική στάση ή και βαθύτερες εσωτερικές ψυχικές δυσλειτουργίες δημιουργούν εσωτερικά διλήμματα παρότι το άτομο μπορεί επιφανειακά να φαίνεται πως έχει προσαρμοστεί στις απαιτήσεις της ζωής.

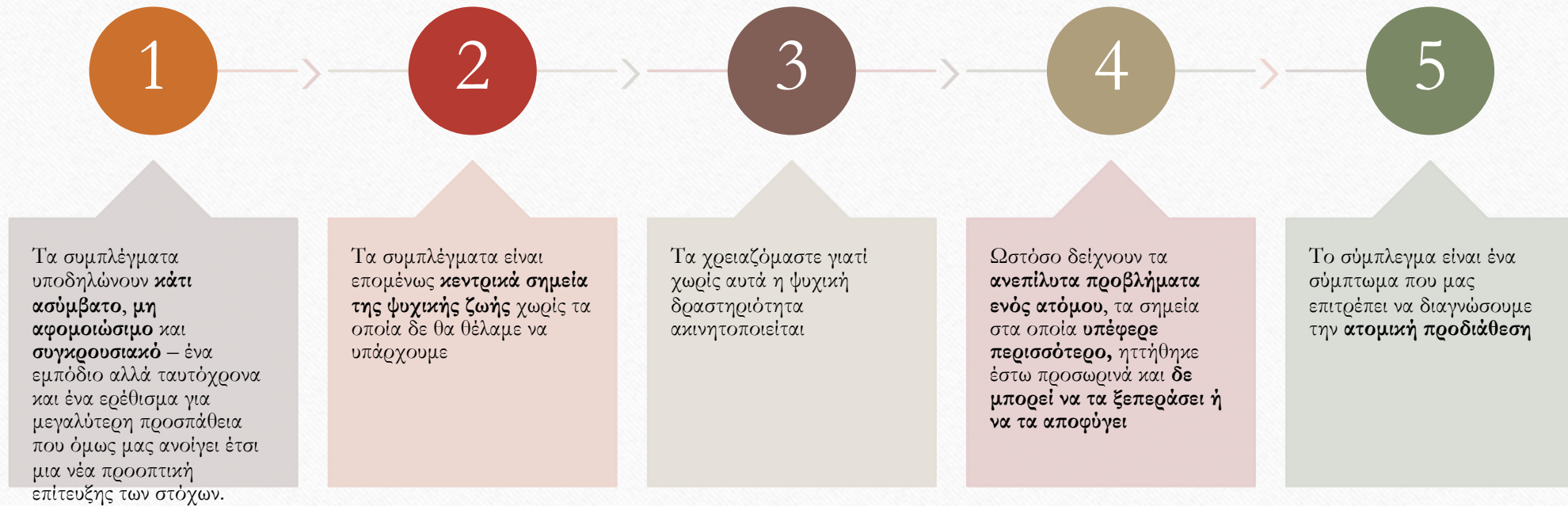
Υποκειμενικές εμπειρίες (subjective experiences)

Αρκετοί ενήλικες δυσκολεύονται να αναγνωρίσουν την **υποκειμενικότητα των εμπειριών τους** και πρέπει να καταβάλουν μεγάλη ηθική προσπάθεια για αυτό

Αντιμετωπίζουν δυσκολίες να διαχειριστούν αυτό που συμβαίνει στο **εξωτερικό κόσμο** σε σχέση με όσα βιώνουν σε **ψυχικό επίπεδο** (complex- συμπλέγματα)

Τα **συμπλέγματα** βρίσκονται πέρα από τον **έλεγχο του συνειδητού** και δρουν ανεξέλεγκτα στο **ασυνείδητο** έτοιμα κάθε φορά να εμποδίσουν τις συνειδήτες προθέσεις και να δημιουργήσουν αντιστάσεις στις συνειδήτες προθέσεις για αλλαγή.

Ορισμός



Παράδειγμα-
πως αντιδράει
ένα άτομο σε
ένα εμπόδιο

- Φτάνουμε σε ένα ρυάκι και δεν υπάρχει γέφυρα για να το περάσουμε -πρέπει να περάσουμε στην απέναντι όχθη
- Το σώμα μας έχει την ικανότητα και τις δεξιότητες να ανταποκριθεί
- Η απόφαση εάν θα περάσουμε στην απέναντι όχθη ή όχι και πώς είναι καθαρά ψυχική και ασυνειδητή

Προέλευση

Τα συμπλέγματα εμπεριέχουν μια μορφή **σύγκρουσης**

Είναι είτε **αίτια** είτε **αποτέλεσμα** μια σύγκρουσης

Η σύγκρουση αυτή αποτελεί ένα **σοκ**, μια **ψυχική αγωνία**, μια **αναστάτωση**

Συχνά τα ονομάζουμε ‘σκελετούς στην ντουλάπα’ (“**skeletons in the cupboard**”) αλλά στην ουσία είναι τα **‘ευάλωτα σημεία μας’** που δε μας αρέσει να θυμόμαστε ή να μας τα θυμίζουν οι άλλοι.

Ωστόσο συχνά έρχονται στην επιφάνεια απρόσκλητα και στην πιο ανεπιθύμητη μορφή

Πάντα εμπεριέχουν μνήμες **φόβου**, **επιθυμίες**, **καθήκοντα**, **ανάγκες** ή **παραδοχές** με τις οποίες πραγματικά δεν συμφωνούμε και γι’ αυτό συνεχώς παρεμβαίνουν στην συνειδητή μας ζωή με έναν τρόπο ενοχλητικό και συχνά βλαπτικό.

Τυπικά συμπλέγματα

- Υπάρχουν ορισμένα τυπικά πρωταρχικά συμπλέγματα που έχουν τη βάση τους στις πρώιμες εμπειρίες της παιδική ηλικία
- Η ατομική προδιάθεση είναι έμφυτη αλλά τα γονικά συμπλέγματα είναι η σύγκρουση ανάμεσα στην πραγματικότητα και στις δυσκολίες του ατόμου να ανταποκριθεί στις απαιτήσεις που αυτή θέτει.
- Οι γονείς είναι η πρώτη πραγματικότητα με την οποία το παιδί έρχεται σε επαφή

Μια
ψυχολογική
θεωρία
τύπων

- Ο χαρακτήρας είναι μοναδικός σε κάθε άτομο
- Η διαφοροποίηση ανάμεσα στο νου και στο σώμα είναι πλασματική
- Η ψυχή (psyche) παραμένει ακόμη άγνωστη, ανεξερεύνητη καθώς διαμεσολαβείτε (εμφανίζεται) μόνο μέσα από τις πράξεις που ωστόσο μπορεί να μας παραπλανήσουν

Η θεωρία των τύπων

- Υπάρχουν άνθρωποι που θεωρούνται **ενεργητικοί** και άλλοι που θεωρούνται **παθητικοί** ή καλύτερα άνθρωποι που **δίνουν χρόνο στην ανασιόπηση** και άλλοι που **δίνουν έμφαση στην άμεση δράση**
- Δηλαδή οι παθητικοί δεν είναι στην πραγματικότητα τόσο παθητικοί γιατί θέλουν πρώτα να σκεφτούν πριν δράσουν και έτσι μπορεί να χάνουν ευκαιρίες
- Υπάρχουν **εσωστρεφείς** και **εξωστρεφείς** άνθρωποι, δηλαδή έχουν μια τυπική στάση που καθορίζει όχι μόνο την συμπεριφορά τους αλλά και τον υποκειμενικό τρόπο με τον οποίο αντιλαμβάνονται τις εμπειρίες

-
- Άτομα με δύσκολη ιδιοσυγκρασία έχουν προδιάθεση για προβλήματα από τα οποία υποφέρουν
 - Κεντρικά θέματα από το εύρος των ατομικών προβλημάτων μοιράζονται ένα κοινό χαρακτηριστικό: αγκίστρωμα στην παιδική ηλικία και επανάσταση απέναντι σε ότι γύρω μας τείνει να μας εμπλέξει με τον πραγματικό κόσμο – μια βαθιά επιθυμία να παραμείνουν παιδιά.
-

Προδιάθεση

Πως εμφανίζεται η αλλαγή

- Ως μια αργή αλλαγή στο χαρακτήρα του ατόμου
- Ως εμφάνιση χαρακτηριστικών που είχαν κρυφτεί στην παιδική ηλικία
- Τάσεις και ενδιαφέροντα που είχαν ατονήσει
- Νέα ενδιαφέροντα
- Ηθικές αρχές που γίνονται άκαμπτες και σκληρές έως την ηλικία των 50
- Μια περίοδος μηδενικής ανοχής και φανατισμού

Οι ρίζες

01

Η βάση και η αιτία όλων των δυσκολιών μετασχηματισμού βρίσκονται στο **ασυνείδητο και στην κουλτούρα**

02

Παράδειγμα: Πολλές γυναίκες ανακάλυψαν μετά τα 40 τις δυνατότητες τους για συμμετοχή στην εργασία και στην κοινωνική ζωή

03

Πολλοί κυρίως άντρες βιώνουν κατάθλιψη και νευρικό κλονισμό ως αποτέλεσμα των απαιτήσεων της σύγχρονης επαγγελματικής ζωής

04

Τι μπορεί να συμβεί όταν ένας άντρας ανακαλύπτει τα τρυφερά του συναισθήματα και μία γυναίκα τις δυνατότητες ενός έξυπνου μυαλού;

-
- Πολλοί καλλιεργημένοι και έξυπνοι άνθρωποι αδυνατούν να κατανοήσουν τις δυνατότητες που επιφέρει ο μετασχηματισμός
 - Εντελώς απροετοίμαστοι ξεινούν το δεύτερο μισό της ζωής τους με τη λάθος παραδοχή ότι οι προϋπάρχουσες 'αλήθειες και ιδανικά' θα μας συνοδεύουν από εδώ και πέρα.
 - «...αλλά δεν μπορούμε να ζήσουμε το δειλινό της ζωής μας σύμφωνα με το πρόγραμμα που κάναμε στην αρχή της ζωής μας, γιατί ότι ήταν σπουδαίο το πρωί θα είναι λίγο στο δειλινό και ότι ήταν αλήθεια το πρωί το δειλινό θα γίνει ψέμα...»
-

Αποτελέσματα

Οι ενήλικες

Οι ενήλικες έχουν την υποχρέωση και την ανάγκη να αντιμετωπίσουν σοβαρά τον εαυτό τους.

Ωστόσο, πολλοί επιλέγουν να είναι δογματικοί, λάτρεις του παρελθόντος ή της αιώνιας εφηβείας

Όλα αυτά είναι υποκατάστατα της κατανόησης του εαυτού αλλά και επιπτώσεις της ψευδαισθήσης ότι το δεύτερο μισό της ζωής θα πρέπει να κυριαρχείται από τις αξίες του πρώτου.

Συνοψίζοντας

Πολλοί άνθρωποι αισθάνονται ότι δεν έχουν ζήσει τη ζωή τους

Μερικές φορές αυτό αφορά δυνατότητες που δεν κατάφεραν να ζήσουν πλήρως

Πλησιάζουν έτσι την Τρίτη ηλικία με ανικανοποίητα αιτήματα που τελικώς τους οδηγούν να κοιτάζουν πίσω.

ΣΥΝΟΨΙΖΟΝΤΑΣ

Το πρώτο τέταρτο είναι η παιδική ηλικία-μία κατάσταση στην οποία είμαστε πρόβλημα για τους άλλους αλλά δεν έχουμε συνείδηση των προβλημάτων μας

Τα συνειδητά προβλήματα γεμίζουν το δεύτερο και τρίτο τέταρτο

Ως υπερήλικες γυρνάμε πάλι σε μία κατάσταση όπου δεν ανησυχούν για το επίπεδο συνειδητότητας και γίνονται πρόβλημα για τους άλλους.

Άρα στην τέταρτη ηλικία μοιραζόμαστε κάτι κοινό με την παιδική ηλικία- τη βύθιση σε ψυχικά γεγονότα του ασυνείδητου.

Η τυπολογία του Jung στον επαγγελματιικό προσανατολισμό

- <http://www.humanmetrics.com/cgi-win/jtypes2.asp>